

Международный Форум студенческой и учащейся молодежи «В МИРЕ ИССЛЕДОВАНИЙ»

Панкова Юлия Олеговна,

*федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»,
студент магистратуры «Педагогика и психология воспитания»,
г. Тольятти, Самарская область*

ИССЛЕДОВАНИЕ СФОРМИРОВАННОСТИ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ КОМПОНЕНТОВ ЦЕННОСТНОЙ ОРИЕНТАЦИИ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ НА ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЕ ПОВЕДЕНИЕ

Аннотация. В статье обозначена актуальность формирования ценностного отношения школьников к здоровью. Приведены результаты исследований уровня знаний учащихся старших классов о ключевых компонентах здоровья и сформированности ценностной ориентации на здоровый образ жизни, свидетельствующие о недостаточном валеологическом просвещении подростков. Обоснована целесообразность внедрения в образовательный процесс средних учебных заведений программы валеологического содержания, которая позволила бы сформировать гностический компонент ценностной ориентации учащихся на здоровый образ жизни.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, валеология, ценностная ориентация, здоровьесбережение, валеологические принципы.

Высокий уровень здоровья – залог выполнения личностью биологических и общественных функций, основа самореализации человека. Уровень заболеваемости населения России выше примерно на 40 %, чем в Европе. Цифры и факты о динамике численности населения страны свидетельствуют о явлении «сверхсмертности», или «русском кресте». Особенно актуальной эта проблема является потому что около 70 % населения

России находится в состоянии предболезни: я еще не болен, но уже нездоров [1, с. 8].

Одно из своеобразных условий воспитания ценностной ориентации на здоровый образ жизни – научно обоснованное валеологическое просвещение учащихся, которое позволяет расширить их базу познаний о здоровье, факторах, влияющих на него, общечеловеческих ценностях, обогащает их жизненный опыт, формирует валеологические установки и мотивы здоровьесберегающего поведения.

Согласно требованиям Федерального государственного стандарта среднего (полного) общего образования от 17 февраля 2012 г. №143 учащиеся должны приобрести в процессе обучения знания путей улучшения здоровья и психологических резервов своего организма, а также умения распространять полученные знания на свое окружение. Однако несмотря на значительное количество научных трудов о здоровом образе жизни, средние образователь-

Международный Форум студенческой и учащейся молодежи «В МИРЕ ИССЛЕДОВАНИЙ»

ные учреждения не дают подрастающему поколению системных знаний о методах и средствах укрепления здоровья [2]. Процесс формирования ценностной ориентации на валеологическое поведение лишен четкой координации. В некоторых школах в учебный процесс внедрены дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы, однако масштаб носит локальный характер.

Курс занятий валеологического содержания, грамотно спланированный, в котором уделяется большое внимание связям эндогенных и экзогенных факторов в развитии индивидуальной культуры здоровья школьников, позволит обеспечить осознание учащимися ценности своего здоровья и активизацию вовлечения в работу, ускоряющую процесс усвоения валеологических знаний, превращая их в личностное здоровьесохраняющее убеждение и мировоззрение.

Нами была поставлена цель: исследовать сформированность ключевых функциональных компонентов ценностной ориентации учащихся старших классов на валеологическое поведение. На первом этапе необходимо диагностировать уровень гностического компонента: имеющегося уровня знаний старших подростков о компонентах здоровья, положительных и отрицательных факторах, валеологических принципах и правилах построения жизнедеятельности. Для реализации обозначенной цели было разработано тестирование, включающее 33 вопроса с одним верным ответом. Данный тест содержит вопросы, отражающие уровень культуры питания и эмоций, половой культуры, режима труда и отдыха и др.

Обработка результатов ответов учащихся диагностировала пробелы в знаниях ряда тем, касающихся здорового образа жизни. Менее всего учащиеся осведомлены в области половой культуры и профилактики венерических заболеваний, поскольку данные вопросы не включены в учебную программу МБУ «Школы № 79».

Результаты проведенного тестирования по валеологии старших подростков представлены в Таблице 1.

Таблица 1.

**Результаты исследования по уровню знаний о здоровье и его компонентах
учащихся 10 и 11 классов**

№ п/п	Класс	Количество правильных ответов (из 33 вопросов)	Среднее значение уровня знаний (в процентах)	Уровень
1.	10 «А» класс	19	56,53	Удовл-но
2.	11 «А» класс	20	59,44	Удовл-но

Международный Форум студенческой и учащейся молодежи «В МИРЕ ИССЛЕДОВАНИЙ»

Как видно из данных, представленных в Таблице 1, средний балл уровня знаний по валеологии в 10 «А» классе составил 56,53 %, что соответствует удовлетворительной оценке. Данный результат соответствует минимально необходимому уровню знаний о здоровье и его компонентах, но явно недостаточен для сохранения и укрепления здоровья, что свидетельствует о необходимости введения в образовательный процесс дополнительной программы по формированию у учащихся ценностной ориентации на здоровый образ жизни. В 11 «А» классе уровень имеющихся валеологических знаний выше на 2,91 %, но абсолютно не достаточен для выпускника средней школы – будущего специалиста, который согласно заказу общества должен не только владеть сведениями о правилах здоровьесбережения, необходимыми для его профессиональной деятельности, но и иметь сформировавшуюся установку на здоровый образ жизни.

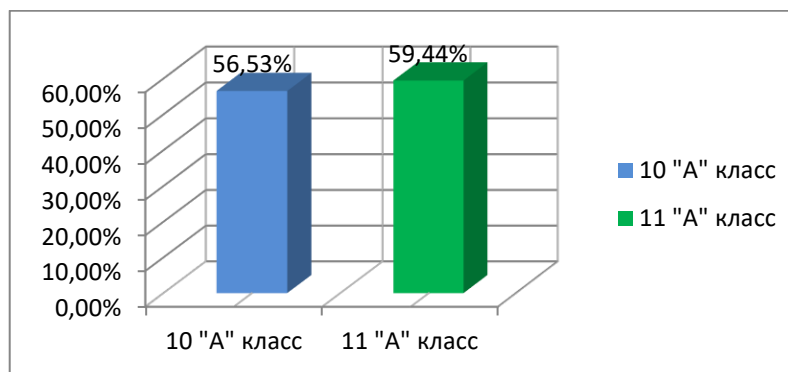


Рисунок 1. Среднее значение уровня знаний по валеологии в 10 и 11 классах
МБУ «Школы № 79»

С целью диагностики уровня сформированности ценностной ориентации старших подростков на здоровый образ жизни в различных сферах жизнедеятельности, нами была проведена методика определения индекса отношения к здоровью С.Дерябо и В.Ясвина [3, с. 324], результаты которой отражены на Рисунке 2.

Международный Форум студенческой и учащейся молодежи «В МИРЕ ИССЛЕДОВАНИЙ»

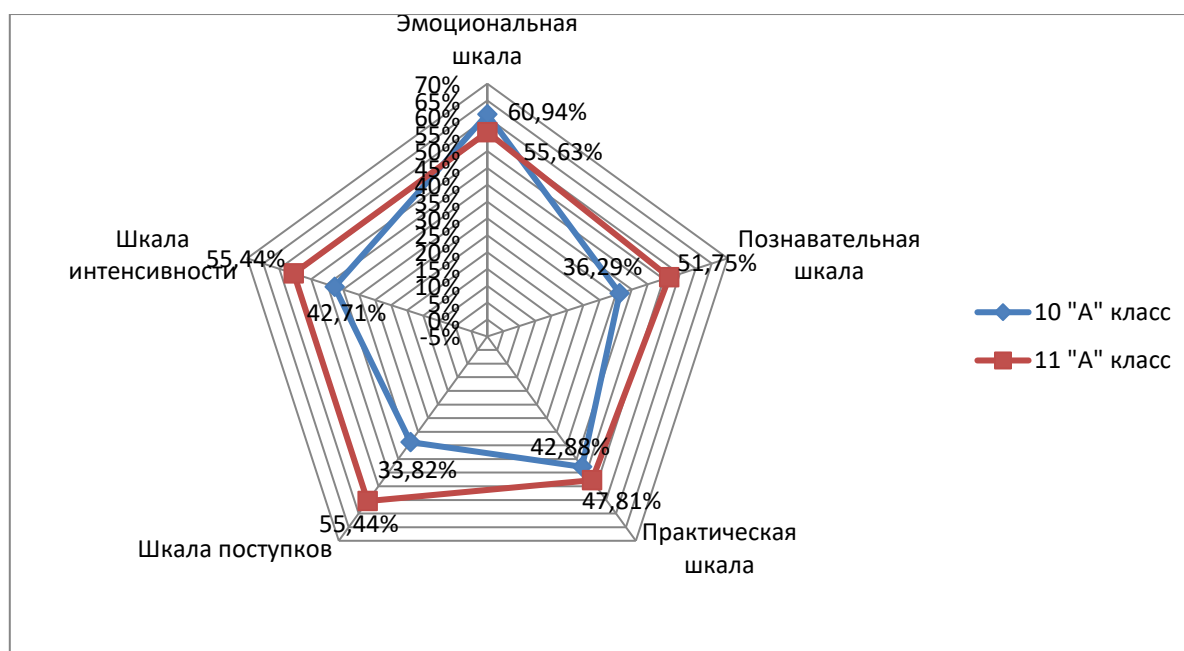


Рисунок 2 – Сравнительный анализ уровня сформированности ценностной ориентации на здоровый образ жизни учащихся 10 и 11 классов

Из Рисунка 2 видно, что ценностная ориентация на здоровый образ жизни у школьников недостаточно сформирована, при этом более высокий результат показали учащиеся 11 класса. Наиболее низкое значение в 10 А классе по шкале поступков (33,82 процентиль), в 11 А классе – по практической шкале (47,81 процентиль). Самый высокий показатель в обоих классах был диагностирован по эмоциональной шкале (60,94 «процентиль» в 10 «А» класса и 55,63 «процентиль» в 11 «А» классе).

Данное обстоятельство может быть учтено педагогическим составом МБУ «Школы № 79» при открытии секционных занятий и оздоровительных клубов по интересам учащихся. При удовлетворении потребностей школьников в видах и формах физической активности представляется возможным повышение их ценностного отношения к здоровому образу жизни, так как забота о здоровье доставляет им эмоциональное удовлетворение.

При этом следует исходить из того, что в современных условиях знания по сохранению и развитию собственного здоровья являются важной составляющей профессиональной компетентности педагога.

Введение в образовательный процесс специализированной дополнительной программы по формированию здорового образа жизни даст возможность реализации валеологического образования как поступенчатого воспитания культуры здоровья, выступающего ведущим звеном формирования у учащихся ценностного отношения к своему здоровью [4, с. 26]. При этом для того чтобы закрепить полученные учащимися знания, в программу должны быть включены практические занятия в форме дискуссий, просмотра научно-

Международный Форум студенческой и учащейся молодежи «В МИРЕ ИССЛЕДОВАНИЙ»

познавательных фильмов, игр, конкурсов плакатов и презентаций, анализа и разбора конкретных ситуаций. В результате освоения данной программы учащийся должен приобрести навык самостоятельного планирования своей деятельности по укреплению здоровья и оздоровлению своего окружения. Введение в образовательный процесс занятий валеологического содержания формирует у школьников личностные универсальные учебные действия (выработка ответственного и бережного отношения к здоровью), регулятивные (навыки планирования методов и путей достижения улучшения своего здоровья), познавательные (интерес к познанию литературы, освещающей вопросы поддержания здоровой жизнедеятельности), коммуникативные (умение строить толерантные взаимоотношения в коллективе).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ющук, Н.Д. *Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний* / Н.Д. Ющук, И.В. Маев, К.Г. Гуревич. – М.: Издательство «Перо», 2012. – 659 с.
2. Воронова, Е.А. *Здоровый образ жизни в современной школе: программы, мероприятия, игры* / Е.А. Воронова. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2011. – 179 с.
3. Дыхан, Л.Б. *Теория и практика здоровьесберегающей деятельности в школе* / Л.Б. Дыхан. – Ростов н/Д: Феникс, 2009. – 412 с.
4. Бурханов, А. И. *Гигиеническая оценка образа жизни старшеклассников* / А. И. Бурханов // *Профессионально-личностное развитие студентов в образовательном пространстве физической культуры : материалы III Всерос. науч.-практ. конференции (Тольятти, 21-23 ноября 2013 г.)* / ТГУ. – Тольятти: ТГУ, 2013. – С. 24-29.